



COLE



www.comedoresblanco.es

MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS



NOVIEMBRE



MENU SIN GLUTEN. SE EMPLEA PASTA SIN GLUTEN, MAIZENA Y PAN RALLADO S/G EN REBOZADOS



MENÚ SIN HUEVO: SE EMPLEA PASTA SIN HUEVO. LOS REBOZADOS SE HACEN SIN HUEVO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2 FESTIVO	3 PURE VERDURAS POLLO C/PATATAS MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	4 ESPAGUETIS C/VERDURA TORTILLA BONITO ENSALADA YOGUR	5 J.BLANCAS HORTELANAS FTE MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA
7 MENESTRA REHOGADA MAZA ASADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	8 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	9 FESTIVO	10 CREMA CALABAZA ECO FTE POLLO CAMPERO EN SALSA C/PATATAS YOGUR	11 J.PINTAS C/CHORIZO TORTILLA ESPAÑOLA C/VERDURA FRUTA
14 PATATAS RIOJANA MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	15 BRÓCOLI REHOGADO CARRILLADA EN SALSA CON PATATAS FRUTA	16 CODITOS C/TOMATE GALLO ANDALUZA C/VERDURA FRUTA Y LECHE	17 LENTEJAS C/ARROZ INT TORTILLA DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA	18 CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR
21 MACARR. C/ATUN TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	22 J. BLANCAS C/VERDURA BACALADITOS C/ENSALADA FRUTA	23 PURÉ VERDURAS POLLO AJILLO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	24 ARROZ CON TOMATE CROQUETAS JAMÓN C/ENSALADA YOGUR	25 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
28 SOPA DE MARISCO LACÓN A LA GALLEGA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	29 ESPIRALES C/TOMATE VENTRESCA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	30 LENTEJAS C/CHORIZO TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para consulta sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: <a href="mailto:nutricion@comedoresblanco.es">nutricion@comedoresblanco.es</a> Todos los menús van acompañados de pan y agua	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2 FESTIVO	3 PURE VERDURAS POLLO C/PATATAS MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	4 ESPAGUETIS C/VERDURA TORTILLA BONITO ENSALADA YOGUR	5 J.BLANCAS HORTELANAS FTE MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA
7 MENESTRA REHOGADA MAZA ASADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	8 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	9 FESTIVO	10 CREMA CALABAZA ECO FTE POLLO CAMPERO EN SALSA C/PATATAS YOGUR	11 J.PINTAS C/CHORIZO HAMBURGUESA C/VERDURA FRUTA
14 PATATAS RIOJANA MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	15 BRÓCOLI REHOGADO CARRILLADA EN SALSA CON PATATAS FRUTA	16 CODITOS C/TOMATE GALLO ANDALUZA C/VERDURA FRUTA Y LECHE	17 LENTEJAS C/ARROZ INT LOMO SALSA C/ENSALADA FRUTA	18 CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR
21 MACARR. C/ATUN TERNERA SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	22 J. BLANCAS C/VERDURA BACALADITOS C/ENSALADA FRUTA	23 PURÉ VERDURAS POLLO AJILLO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	24 ARROZ CON TOMATE CROQUETAS JAMÓN C/ENSALADA YOGUR	25 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
28 SOPA DE MARISCO LACÓN A LA GALLEGA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	29 ESPIRALES C/TOMATE VENTRESCA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	30 LENTEJAS C/CHORIZO HAMBURGUESA C/ENSALADA FRUTA	El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para consulta sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: <a href="mailto:nutricion@comedoresblanco.es">nutricion@comedoresblanco.es</a> Todos los menús van acompañados de pan y agua	

MENÚ SIN LACTOSA: SE COCINA C/LECHE S/LACTOSA, PROT. LECHE: SE SUSTITUYE POR BEBIDA SOJA



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2 FESTIVO	3 PURE VERDURAS POLLO C/PATATAS MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	4 ESPAGUETIS C/VERDURA TORTILLA BONITO ENSALADA YOGUR S/L O SOJA	5 J.BLANCAS HORTELANAS FTE MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA
7 MENESTRA REHOGADA MAZA ASADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	8 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	9 FESTIVO	10 CREMA CALABAZA ECO FTE POLLO CAMPERO EN SALSA C/PATATAS YOGUR S/L O SOJA	11 J.PINTAS C/CHORIZO TORTILLA ESPAÑOLA C/VERDURA FRUTA
14 PATATAS RIOJANA MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE S/L	15 BRÓCOLI REHOGADO CARRILLADA EN SALSA CON PATATAS FRUTA	16 FIDEUA VALENCIANA GALLO ANDALUZA C/VERDURA FRUTA Y LECHE S/L	17 LENTEJAS C/ARROZ INT TORTILLA DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA	18 CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR S/L O SOJA
21 MACARR. INT C/ATUN TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	22 J. BLANCAS C/VERDURA BACALADITOS C/ENSALADA FRUTA	23 PURÉ VERDURAS POLLO AJILLO C/PATATAS FRUTA Y LECHE S/L	24 ARROZ CON TOMATE CROQUETAS JAMÓN o HAMBURGUESA C/ENSALADA YOGUR S/L O SOJA	25 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
28 SOPA DE MARISCO LACÓN A LA GALLEGA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	29 ESPIRALES C/TOMATE VENTRESCA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE S/L	30 LENTEJAS C/CHORIZO TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para consulta sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: <a href="mailto:nutricion@comedoresblanco.es">nutricion@comedoresblanco.es</a> Todos los menús van acompañados de pan y agua	

MENÚ SIN CERDO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2 FESTIVO	3 PURE VERDURAS POLLO C/PATATAS MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	4 ESPAGUETIS C/VERDURA TORTILLA BONITO ENSALADA YOGUR	5 J.BLANCAS HORTELANAS FTE MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA
7 MENESTRA REHOGADA TERNERA SALSA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	8 SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA	9 FESTIVO	10 CREMA CALABAZA ECO FTE POLLO CAMPERO EN SALSA C/PATATAS YOGUR	11 J.PINTAS C/VERDURA TORTILLA ESPAÑOLA C/VERDURA FRUTA
14 PATATAS C/VERDURA MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	15 BRÓCOLI REHOGADO HAMBURGUESA CON PATATAS FRUTA	16 FIDEUA VALENCIANA GALLO ANDALUZA C/VERDURA FRUTA Y LECHE	17 LENTEJAS C/ARROZ INT TORTILLA DE PATATA C/ENSALADA FRUTA	18 CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR
21 MACARR. INT C/ATUN TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	22 J. BLANCAS C/VERDURA BACALADITOS C/ENSALADA FRUTA	23 PURÉ VERDURAS POLLO AJILLO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	24 ARROZ CON TOMATE CROQUETAS POLLO C/ENSALADA YOGUR	25 SOPA COCIDO DE POLLO COCIDO DE POLLO FRUTA
28 SOPA DE MARISCO FTE POLLO PLANCHA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	29 ESPIRALES C/TOMATE VENTRESCA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	30 LENTEJAS C/VERDURA TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA	El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para consulta sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: <a href="mailto:nutricion@comedoresblanco.es">nutricion@comedoresblanco.es</a> Todos los menús van acompañados de pan y agua	



# MENÚS PARA ALERGIAS E INTOLERANCIAS



## MENÚ SIN LEGUMBRES: INCLUIDO JUDÍAS VERDES, GUISANTES Y SOJA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	
	FESTIVO	PURE VERDURAS POLLO C/PATATAS MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	ESPAGUETIS C/VERDURA TORTILLA BONITO ENSALADA YOGUR	PATATAS HORTELANAS FTE MERLUZA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA
7	8	9	10	11
CREMA CALABACIN MAZA ASADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	SOPA DE AVE ESTOF. POLLO Y TERNERA FRUTA	FESTIVO	CREMA CALABAZA ECO FTE POLLO CAMPERO EN SALSA C/PATATAS YOGUR	ESPIRALES C/TOMATE TORTILLA ESPAÑOLA C/VERDURA FRUTA
14	15	16	17	18
PATATAS RIOJANA MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	BRÓCOLI REHOGADO CARRILLADA EN SALSA CON PATATAS FRUTA	CODITOS C/TOMATE GALLO ANDALUZA C/VERDURA FRUTA Y LECHE	ARROZ INT C/VERDURA TORTILLA DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA	CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR
21	22	23	24	25
MACARR. INT C/ATUN TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	PATATAS C/VERDURA BACALADITOS C/ENSALADA FRUTA	PURÉ VERDURAS POLLO AJILLO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	ARROZ CON TOMATE CROQUETAS JAMÓN C/ENSALADA YOGUR	SOPA DE AVE ESTOF. POLLO Y TERNERA FRUTA
28	29	30	<p>El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para consulta sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: <a href="mailto:nutricion@comedoresblanco.es">nutricion@comedoresblanco.es</a></p> <p>Todos los menús van acompañados de pan y agua</p>	
SOPA DE MARISCO LACÓN A LA GALLEGA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	ESPIRALES C/TOMATE VENTRESCA ANDALUZA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	ARROZ C/VERDURA TORTILLA DE PATATA C/ENSALADA FRUTA		

## MENÚ SIN PESCADO NI MARISCO: EN ALERGIAS SOLO A MARISCO NO SE RETIRA PESCADO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	
	FESTIVO	PURE VERDURAS POLLO C/PATATAS MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	ESPAGUETIS C/VERDURA TORTILLA PATATA ENSALADA YOGUR	J.BLANCAS HORTELANAS HAMBURGUESA C/ENSALADA FRUTA
7	8	9	10	11
MENESTRA REHOGADA MAZA ASADA C/PATATAS FRUTA Y LECHE	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA	FESTIVO	CREMA CALABAZA ECO FTE POLLO CAMPERO EN SALSA C/PATATAS YOGUR	J.PINTAS C/CHORIZO TORTILLA ESPAÑOLA C/VERDURA FRUTA
14	15	16	17	18
PATATAS RIOJANA RAGOUT DE POLLO EN SALSA FRUTA Y LECHE	BRÓCOLI REHOGADO CARRILLADA EN SALSA CON PATATAS FRUTA	CODITOS C/TOMATE TERNERA SALSA FRUTA Y LECHE	LENTEJAS C/ARROZ INT TORTILLA DE JAMÓN C/ENSALADA FRUTA	CREMA ZANAHORIA JAMONCITOS ASADOS CON PATATAS YOGUR
21	22	23	24	25
MACARR. INT C/TOMATE TORTILLA BROCOLI C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	J. BLANCAS C/VERDURA LOMO SALSA C/ENSALADA FRUTA	PURÉ VERDURAS POLLO AJILLO C/PATATAS FRUTA Y LECHE	ARROZ CON TOMATE CROQUETAS JAMÓN C/ENSALADA YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO FRUTA
28	29	30	<p>El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para consulta sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: <a href="mailto:nutricion@comedoresblanco.es">nutricion@comedoresblanco.es</a></p> <p>Todos los menús van acompañados de pan y agua</p>	
SOPA DE AVE LACÓN A LA GALLEGA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	ESPIRALES C/TOMATE TERNERA SALSA C/ENSALADA FRUTA Y LECHE	LENTEJAS C/CHORIZO TORTILLA DE PAVO C/ENSALADA FRUTA		